

Entendamos cómo piensan los trabajadores jóvenes

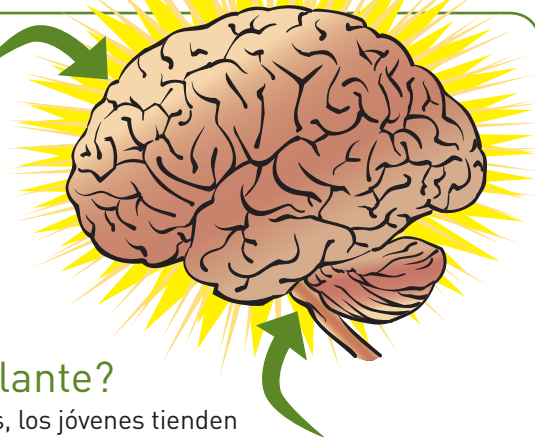
Cuando uno espera que los jóvenes aprendan y tomen decisiones como adulto es como pedirles que aprendan andar en bicicleta antes de que puedan caminar.

El cerebro de cada persona se desarrolla a su propio ritmo. Sin embargo, los estudios muestran que las partes del cerebro que regulan la supervivencia (respiración, ritmo cardíaco, y luchar o huir) maduran más rápido que las partes del cerebro que regulan el tomar decisiones, planear acción y aportar soluciones.

Desconectarse de lo estático

Imagínese sentarse tras el volante por primera vez durante la hora pico en una ciudad desconocida sin mapa y sin GPS. Las bocinas chillando, las luces parpadeando, y los rótulos en la carretera escritos en un idioma extraño. Bienvenido al cerebro de un trabajador joven.

Los niños crecen y sus cerebros están creando millones de conexiones de nervios, o vías sinápticas. Así van creciendo, estas vías sinápticas que siguen en uso sobrevivirán y crecerán; otras no lo lograrán. Esta "poda" natural permite que el cerebro se vuelva a enfocar. Antes del desarrollo completo, los jóvenes experimentan dificultad para enfocarse. Es como sintonizar el radio a varias estaciones a la misma vez.



Lóbulo frontal
Juicio, tomar decisiones, aportar soluciones

Todavía sigue en desarrollo durante la segunda década de edad

¿Quién va al volante?
En situaciones calmadas, los jóvenes tienden a racionalizar y seleccionar la seguridad. Cuando están bajo tensión, reaccionan sin pensarlo claramente; aunque hayan demostrado anteriormente el conocimiento de prácticas seguras. La parte del cerebro más desarrollada y más fuerte toma cargo.

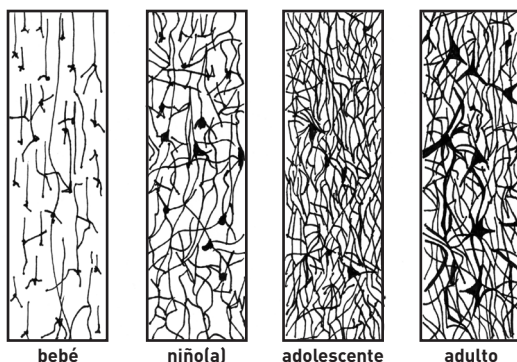
Amígdala
Respiración, ritmo cardíaco, emoción, luchar o huir

Completamente desarrollada durante la adolescencia

"El cerebro no se ha desarrollado a los 16 años, cuando nos permiten manejar, ni a los 18 años cuando nos permiten votar, ni a los 21 años cuando nos permiten beber alcohol, pero sí ya casi a los 25 años de edad cuando se nos permite alquilar un carro."

Jay Giedd, Neurocientífico,
Instituto Nacional de Salud Mental

Ejemplos del crecimiento sináptico y la poda sináptica.



Ayudemos a los trabajadores jóvenes a mantenerse por buen camino

Cuando los jóvenes son entrenados en entorno conocido, con solo la tensión suficiente para desafiarlos en el trabajo, les permite enfocarse mejor en la tarea vigente. La práctica deliberada con un mentor que modela la tarea o comportamiento deseado, incluyendo la habilidad de intentarlo y fracasar con seguridad, refuerza la memoria muscular y pueden tomar decisiones ya aprendidas.

Un estudio reciente de Harvard mostró que las señoritas jóvenes llegan a la madurez completa del cerebro entre las edades de 21 y 22 años.

Los hombres jóvenes no llegan a la madurez completa del cerebro hasta la edad de casi 30 años.